



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 22 «РЯБИНУШКА»

632640, Свердловская обл., г Талица, ул.Володарского,8
тел.8(34371) 2-45-59, e – mail: 22_ds_talica@mail.ru



Утверждаю
Заведующий
МКДОУ «Детский сад № 22
«Рябиноушка»
_____ А.Н. Таушканова

*Справка педагога-психолога о работе по снижению тревожности
у детей дошкольного возраста и результатах мониторинга*

Подготовила:
Ляшенко М.В.,
педагог-психолог

г. Талица, 2026г.

Цель: снижение уровня тревожности и гармонизация эмоционально-волевой сферы воспитанников дошкольного возраста.

Задачи:

- выявить детей с повышенным уровнем тревожности посредством комплексной диагностики;
- реализовать систему коррекционно-развивающих мероприятий (групповые и индивидуальные занятия, игровые и арт-терапевтические техники, релаксационные упражнения);
- обеспечить психолого-педагогическое сопровождение педагогов и родителей по вопросам поддержки тревожных детей;
- отследить динамику изменений уровня тревожности через повторную диагностику.

Методы и методики диагностики

Для определения исходного и итогового уровня тревожности применялись следующие методики:

- тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен (для детей 4–7 лет);
- проективная методика «Рисунок человека» (по интерпретации А. Л. Венгера) - для выявления скрытых тревожных проявлений;
- опросник для воспитателей Г. П. Лаврентьевой, Т. М. Титаренко — для экспертной оценки поведенческих проявлений тревожности;
- структурированное наблюдение по карте признаков тревожности (фиксация в естественных условиях: утренний приём, свободная игра, занятия, режимные моменты).

Контингент и объём работы

В мониторинге участвовало **60 воспитанников** всех возрастных групп (3–7 лет), из них:

- 22 ребёнка - с изначально повышенным уровнем тревожности (выявлены на этапе первичной диагностики);

- 25 детей - со средним уровнем тревожности, нуждающиеся в профилактической поддержке;

- 13 детей - в группе риска по эмоциональным трудностям (трудности адаптации, повышенная чувствительность, страхи, частые эмоциональные всплески).

Проведено:

1. 48 групповых коррекционно -развивающих занятий (по 20–30 минут в зависимости от возраста);
2. 36 индивидуальных занятий с детьми с выраженной тревожностью;
3. 10 консультаций для педагогов по приёмам поддержки тревожных детей в группе;
4. 8 родительских встреч и 15 индивидуальных консультаций по вопросам эмоционального благополучия ребёнка.

Результаты мониторинга (динамика уровня тревожности)

Уровень тревожности	Первичная диагностика (сентябрь 2025)	Итоговая диагностика (май 2026)
Высокий	37 % (22)	17 % (10)
Средний	42 % (25)	56 % (34)
Низкий	21 % (13)	27 % (16)

Интерпретация динамики: отмечается выраженное снижение доли детей с высоким уровнем тревожности — почти в 2 раза. Рост доли детей со средним уровнем обусловлен перераспределением из группы высокой тревожности: дети перестали демонстрировать острые тревожные реакции, но ещё нуждаются в поддержке для закрепления навыков саморегуляции. Увеличение числа детей с низким уровнем тревожности подтверждает общую положительную тенденцию.

Основные направления и приёмы коррекционной работы

1. **Игротерапия и сюжетно-ролевые игры** - для отработки ситуаций, вызывающих тревогу (разлука с родителями, выступления, новые задания, переход в другую группу).

2. **Арт-терапевтические техники** (рисование, работа с песком, коллажи, лепка) - для безопасного выражения эмоций и снижения напряжения.

3. **Релаксационные упражнения и дыхательные техники** (в игровой форме: «Воздушный шарик», «Снежинка падает», «Тихое озеро») — для формирования навыков саморегуляции.

4. **Сказкотерапия** - через обсуждение и проигрывание сюжетов дети учились распознавать эмоции, находить способы справляться со страхами.

5. **Поддержка в режимных моментах** - совместно с воспитателями выработаны единые алгоритмы действий при проявлениях тревоги (спокойное сопровождение, короткие понятные инструкции, визуальная поддержка, «карточки эмоций», «уголок уединения»).

Выводы и рекомендации

1. Проведённая работа позволила существенно снизить уровень тревожности у большинства детей, особенно в группе с изначально высокими показателями.

2. Положительная динамика подтверждается данными повторной диагностики, наблюдениями воспитателей и отзывами родителей.

3. Для закрепления результатов рекомендуется:

- продолжить индивидуальные занятия с 5 детьми, у которых сохраняется высокий/пограничный уровень тревожности;
- включить в план работы на 2026–2027 учебный год цикл профилактических занятий по развитию эмоциональной грамотности для всех групп;
- организовать регулярные мини-тренинги для педагогов по распознаванию тревожных реакций и техникам эмоциональной поддержки;
- усилить просветительскую работу с родителями по формированию безопасной эмоциональной среды в семье, в том числе через серию коротких памяток и видео-советов.

Педагог-психолог:

_____ М.В. Ляшенко